


Комитет образования администрации Гольшмановского городского округа  
Отделение МА ДОУ Гольшмановский ЦРР – д/с №4 «Ёлочка» ЦРР –  
д/с №3 «Вишенка»

Программа рассмотрена на  
заседании педагогического совета  
МА ДОУ ГЦРР – д/с №4 «Ёлочка»  
«30» августа 2023 г.  
Протокол № 7

Утверждаю:  
директор МА ДОУ  
Гольшмановский ЦРР –  
детский сад №4 «Ёлочка»  
  
И.А. Дьяченко

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественно-эстетической направленности  
«Пружинки»**

Возраст обучающихся: 4-5 лет  
Срок освоения программы: 1 год  
Объём программы: 32 часов  
Автор составитель: Чернова А. С.  
Музыкальный руководитель

Уровень программы: стартовый

## **Пояснительная записка**

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 4-5 лет.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

**Цель программы** – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

### **Задачи:**

#### *Образовательные:*

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

#### **Воспитательные:**

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в

современном обществе.

- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

**Развивающие:**

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

**Оздоровительные:**

- укрепление здоровья детей.

Программа рассчитана на один года обучения и рекомендуется для занятий детей с 4 до 5 лет. Рабочая программа танцевального кружка предлагает проведение занятий 1 раз в неделю. Исходя из календарного года (с 1 октября по 31 мая) количество часов, отведенных для занятий танцевального кружка 32 ч.

Группа	Продолжительность	Количество в неделю	Количество в год
Средняя группа	20 минут	1	32

**Структура занятия.**

***Средняя группа.***

**1. Вводная часть. 2мин.**

- разминка

**2. Основная часть. 15мин.**

Теоретический раздел: 5 мин.

- прослушивание муз. фрагмента, обсуждение характера, темпа, ритмических особенностей.

- просмотр тематического видеоматериала

Практический раздел: 15 мин.

- творческие задания на прослушанный фрагмент ( фантазии, импровизации...)
- разучивание основных движений танца, составление сюжета, собственных движений.
- музыкальная игра, коммуникативные танцы-игры

**3. Заключительная часть. 3 мин.**

- упражнения на восстановление дыхания
- игровой самомассаж
- релаксация

**Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей 4-5 лет.**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

## **Основное содержание**

### **1. Развитие музыкальности:**

воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх; |

обогащение слушательского опыта – включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков («Детский альбом» П. Чайковского, «Бирюльки» М. Майкапара); |

развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.); |

развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;

развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове. |

### **2. Развитие двигательных качеств и умений**

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);

- прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;

общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

имитационные движения разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения.

плясовые движения – элементы народных плясок, доступных по координации.

### **3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

### **4. Развитие творческих способностей:**

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;

- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;

- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

### **5. Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.

#### **6. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

**Показателем уровня развития** является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

#### **Материально – техническое обеспечение:**

1. Музыкальный зал.
2. Нотно-методическая литература.
3. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
4. Аудиокассеты, CD – диски, видеодиски.
5. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
6. Фортепиано. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

## Тематический план программы «Пружинки»

### 1 год обучения (средняя группа)

№ п/п	Названия разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	<i>Неделя радостных встреч</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
2	<i>Неделя осенних прогулок</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
3	<i>Неделя танцев с осенними листьями</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
4	<i>Неделя красивых листьев</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающее занятие.
5	<i>Неделя дождей и танцующих зонтиков</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
6	<i>Неделя осенних подарков</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Творческие импровизации. Обучающие занятия.
7	<i>Неделя осенней грусти</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
8	<i>Праздник Осени</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
9	<i>Неделя запасливых зверушек</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия. Творческие задания.
10	<i>Неделя первого снега</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
11	<i>Неделя счастливых снеговиков</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
12	<i>Путешествие в зимний лес</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
13	<i>Неделя зимних звуков</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
14	<i>Прощай, Ёлочка</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.

15	<i>Неделя снежных дорожек</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
16	<i>Неделя снежных дорожек</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
17	<i>Неделя домашних животных</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
18	<i>Льдинки и сосульки</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
19	<i>Блинная неделя</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
20	<i>Ожидание весны</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
21	<i>Музыкальные подарки для бабушки и мамы</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
22	<i>Неделя маминых улыбок</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
23	<i>Встречаем птиц</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
24	<i>Неделя капли и ручейков</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
25	<i>Неделя весеннего ветерка</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
26	<i>Наши любимые игрушки</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
27	<i>Любимые песенки</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
28	<i>Праздник первых цветов</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
29	<i>Праздник весенних лучиков</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
30	<i>Встречаем дорогих гостей</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
31	<i>Праздник одуванчиков</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.

32	<i>Повторение пройденных тем</i>	20 мин.	10 мин.	10 мин.	Обучающие занятия.
	Итого	32			
Тема		Программное содержание		Материал	
<b>Октябрь</b>					
<i>Неделя радостных встреч</i>	Социализация детей, развитие нравственно коммуникативных навыков. Развитие музыкальной памяти, обогащение музыкально-слуховых представлений. Активизация связи между музыкой и движением, бережное отношение к музыке, во время ее звучания нельзя шуметь, говорить, смеяться, без музыки не разрешается двигаться.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски			
<i>Неделя осенних прогулок</i>	Развитие музыкального восприятия: умения отражать в движениях характер музыки: «Спокойный», «Осенний». Развитие сенсорных способностей: различение контрастов в динамике (тихо-громко), в темпе (быстро – медленно) и умение согласовывать темп движения с темпом музыки.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски			
<i>Неделя танцев с осенними листьями</i>	Развитие слухового внимания и тембрового слуха. Различение на слух различных тембров (металлический звук, деревянный, бумажный, струнный). Закрепление умения двигаться с метрической пульсацией. Формирование движений: хороводный шаг, топающий шаг, поочередное выставление ног на пятку.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски			
<i>Неделя красивых листьев</i>	Развитие умения менять темп движения в соответствии с музыкой. Ходьба в свободных направлениях по залу. Закрепление двигательных навыков (хороводный, топающий шаг, легкий бег).	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски			
<b>Ноябрь</b>					
<i>Неделя дождиков и танцующих зонтиков</i>	Развитие образного восприятия музыки, умения передавать в движениях контрастный игровой образ (Солнышко и дождик, Зайчик, лисичка)	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски			
<i>Неделя осенних подарков</i>	Освоение танцевального шага, шаг с носка на пятку, шаги на полупальцах. Выработка осанки. Игровое	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски			



	<p>творчество.</p> <p>Формировать умение передавать ритмический рисунок хлопками и притопами. Совершенствовать умение перестраиваться с одной фигуры в другую. Слышать начало и окончание фраз .ориентироваться в пространстве зала. Развивать слуховое и зрительное внимание, память, быстроту реакции, двигаться в темпе и характере музыки.</p>	
<i>Неделя осенней грусти</i>	<p>Воспитание музыкальной отзывчивости на музыку: умение выражать в движениях спокойный, неторопливый образ осени. Развитие слухового внимания, умение менять движения в соответствии с контрастными частями музыки.</p>	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Праздник Осени</i>	<p>Подведение к самостоятельному исполнению несложных плясок с листиками, грибочками, зонтиками.</p>	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<b>Декабрь</b>		
<i>Неделя запашистых зверушек</i>	<p>Подведение детей к пластической импровизации в движения во время инсценирования знакомых сказок под музыку.</p> <p>Разучивание элементов народного танца- хлопки, шаг с переступлением.</p>	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Неделя первого снега</i>	<p>Развитие выразительности движения ,мимики.</p> <p>Усложнение техники танца. Работа над композицией. «Снежинки» (повороты вокруг себя, приседания, полуприседания) - приобретать новые и закрепить старые музыкально-ритмические навыки.</p>	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Неделя счастливых снеговиков</i>	<p>Закрепление элементов русского танца – положение корпуса рук, ног, головы; притопы.</p>	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Путешествие в зимний лес</i>	<p>Развитие музыкального восприятия: муз. построения игрового образа. Импровизация под музыкальные пьесы игрового характера «Ворона сердится», «Трусливый заяц».</p>	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<b>Январь</b>		
<i>Неделя зимних звуков</i>	<p>Развитие эмоциональной сферы: умение выразить в движениях</p>	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски

	различные игровые образы. Закрепление навыков ориентировки в пространстве- ходьба хороводным шагом по кругу, сужение и расширение круга, выполнение несложных плясовых движений	
<i>Прощай, Ёлочка</i>	Побуждение к исполнению знакомых плясок, игр, хороводов. Развитие танцевального творчества: импровизация плясовых движений, самостоятельное исполнение танцев и хороводов по желанию детей.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Неделя снежных дорожек</i>	Развитие навыков ориентировки в пространстве, умение выполнять простейшие перестроения- по кругу, парами лицом друг к другу. Закрепление ранее полученных навыков, репетиция танцевальных шагов.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<b>Февраль</b>		
<i>Неделя снежных дорожек</i>	Формировать умение передавать ритмический рисунок хлопками и притопами. Совершенствовать умение перестраиваться с одной фигуры в другую. Слышать начало и окончание фраз .ориентироваться в пространстве зала. Развивать слуховое и зрительное внимание, память, быстроту реакции, двигаться в темпе и характере музыки.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Неделя домашних животных</i>	Развитие эмоциональной сферы детей, создание радостной атмосферы (психологического комфорта) средствами муз. игр, веселы плясок.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Льдинки и сосульки</i>	Развитие ритмического слуха: воспроизведение ритмической пульсации, выделение сильной доли в ритмических играх, плясках, хороводах. Специфика танцевального шага, бега. Упражнение для рук (открываются из 1 поз. и закрываются на поясе во 2 поз.). Постановка танцевального номера.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Блинная неделя</i>	Специфика танцевального шага, бега. Упражнение для рук (открываются из 1 поз. и закрываются на поясе во 2 поз.). Постановка танцевального номера	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<b>Март</b>		
<i>Ожидание весны</i>	Закреплять умение воспроизводить в	Магнитофон, музыкальный

	движении ритмическую пульсацию, несложный ритмический рисунок. Разучивание новых танцевальных элементов, закрепление ранее изученных танцевальных позиций.	центр, диски, видеодиски
<i>Музыкальные подарки для бабушки и мамы</i>	Развитие умений выполнять плясовые движения по показу и самостоятельно. Постановочная работа. Развитие выносливости при исполнении движений в быстром темпе.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Неделя маминых улыбок</i>	Репетиционная работа – отработка движений танцевальных постановок. Индивидуальный и групповой просмотр отдельных танцевальных элементов.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Встречаем птиц</i>	Закрепление навыков легкого бега, прыжков на двух ногах, мягкой пружинки.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<b>Апрель</b>		
<i>Неделя капели и ручейков</i>	Совершенствование навыка легкого бега, умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Выполнять перестроения в соответствии с частями музыки. Работа над танцевальной композицией «Аннушка». Отработка движения танцующих по кругу, против хода часовой стрелки.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Неделя весеннего ветерка</i>	Совершенствование навыка легкого бега, умений начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Выполнять перестроения в соответствии с частями музыки. Работа над танцевальной композицией «Аннушка». работа над основными фигурами танца: переходы, воротца, качели.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Наши любимые игрушки</i>	Работа над элементами джаз-танца-Маховые упражнения рук, плеч, упражнения для координации. Упражнение выполняется с палкой.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<i>Любимые песенки</i>	Разучивание танцевальной композицией «Лето». Четкое и точное исполнение танцевальных элементов, уметь слушать музыку, начинать и заканчивать танец точно по времени.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски
<b>Май</b>		
<i>Праздник первых цветов</i>	Работа над танцевальными композициями из проученных упражнений. Игровое творчество.	Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски

	<p>Формировать умение передавать ритмический рисунок хлопками и притопами. Совершенствовать умение перестраиваться с одной фигуры в другую. Развивать слуховое и зрительное внимание, память, быстроту реакции, двигаться в темпе и характере музыки.</p>	
<p><i>Праздник весенних лучиков</i></p>	<p>Закрепление навыка легкого бега, топающего шага, прыжков на двух ногах, закрепление навыка перестроений в пространстве, движения по кругу, вращательную, «Змейкой» за ведущим.</p>	<p>Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски</p>
<p><i>Встречаем дорогих гостей</i></p>	<p>Развитие умений выполнять движения в паре с ребенком старшего возраста (формирование коммуникативных навыков). Выполнение движений по показу, импровизация движений в соответствии с характером музыки</p>	<p>Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски</p>
<p><i>Праздник одуванчиков</i></p>	<p>Отработка движений в паре. Побуждение детей к активной творческой деятельности, к эмоциональному исполнению фигур под счет.</p>	<p>Магнитофон, музыкальный центр, диски, видеодиски</p>

## Список литературы.

- 1) Буренина А.И. Ритмическая мозаика
- 2) Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста
- 3) Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей.
- 4) Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений
- 5) Танцы в детском саду. Н.Зарецкая, З.Роот.
- 6) Народное искусство в воспитании детей / Под ред. Т. С. Комаровой. - М, 2005
- 7) «Танцевальная ритмика для детей» Т. Суворова  
Зацепина М. Б. Музыкальное воспитание в детском саду. —М,: Мозаика-Синтез, 2017